部内用

［アピエ］あなたと生協をつなぐコミュニティ誌

àpied 05

2023. May

堺・泉州版

いずみ市民生協グループは持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
2030年に向けて国連で掲げられた「SDGs（持続可能な開発目標）」。本誌面には関連するSDGsのアイコンを掲載しています。

くわしくはコチラ

大阪いずみ市民生活協同組合　堺市堺区南花田口町2-2-15　TEL 0120-031-001　https://www.izumi.coop/

配布期間▶宅配 4/10㈪～4/14㈮ 店舗 4/10㈪～

泉州北エリア

イベントNO.202305026　主催：コープ委員会和泉北　対面企画

■お申し込みはこちらから
■受付締切日
4月22日（土）

いちばん手軽な運動「ウォーキング」を学びましょう！

正しい歩き方で健康寿命を延ばしましょう～

参加費無料

健康運動指導士の方にお越しいただき、「正しい歩き方」を教えていただきます。
健康チェックやストレッチなど、家庭内でできることも学びます。
ウォーキングはいちばん手軽にできる“運動”です。正しい歩き方で健康寿命を延ばしましょう！

※写真はイメージです

日　時 5月15日（月）10：00～12：00
会　場 和泉市北部リージョンセンター2F　多目的室　※土足厳禁　【住所】和泉市太町552
駐車場 あり（有料）※2時間まで無料・以降30分ごとに100円
募集人数 抽選15人　**参加費** 無料　**子どものお世話** なし
講　師 同仁会　健康増進室　健康運動指導士　北出祥夫（よしお）さん
持ち物 水分・汗拭きタオル・普段はいているシューズ（くつ底をきれいにしてご持参ください）※注意事項をお読みください。
注意事項 ※普段はいているシューズ（はきなれているシューズ）をお持ちください。　※くつ底の減り方をチェックします。
※土足禁止のため、ご持参いただいたシューズを履いてウォーキング練習をします。　※ 運動しやすい服装で参加ください。
申込方法 インターネットのみ　※当落結果は、4月28日（金）までにメールにてお知らせします。

泉州南エリア

イベントNO.202305016　主催：コープ委員会泉州南　対面企画

■お申し込みはこちらから
■受付締切日
4月22日（土）

量ではなく質良く歩くために　しっかりとした歩きを手に入れるために

ウォーキングレッスンで美と健康を手に入れよう！

参加費無料

※写真はイメージです

良い姿勢で正しく歩くことは健康に繋がり、いつでも行きたい所に自分の足で歩いていけることは、人生を豊かに、
幸せを感じる喜びとなるはずです。綺麗に歩くこと、健康のために歩くこと、美と健康を兼ね備えたウォーキングとエクササイズを学びます。

日　時 5月18日（木）10：30～12：00
会　場 田尻町公民館　【住所】泉南郡田尻町嘉祥寺1120番2　※徒歩アクセス：南海本線「吉見ノ里駅」から徒歩10分
駐車場 あり（無料）　**募集人数** 抽選20人　**参加費** 無料　**対　象** 組合員とその家族　**子どものお世話** なし
講　師 TORU　伊藤　徹（いとう　とおる）さん / 1980年生まれ 兵庫県出身　2003年 大阪経済法科大学卒業　中学・高校・大学とバスケボール部の選手として活躍。
卒業後はアパレル関係の仕事に携わる。デューク更家氏と出会い、2003年デューク更家氏に師事。ウォーキングやエクササイズなどを学び、関西1番弟子として
20年活動し、独立現在は「健康ウォーキングスタイリスト」として後進の指導に当たるとともに、各地のカルチャースクールや行政イベント、健康イベントなど指導。
持ち物 上履シューズ、タオル、飲み物、動きやすい服装でお越しください。
申込方法 電話・インターネット　※当落結果は、4月28日(火)までにハガキにてお知らせします。

インターネットによる申込方法

紙面の各イベントの二次元コードを読み取る

いずみ市民生協アプリのホームから「イベント申し込みページ」へ進み、イベント一覧から選択する

https://event.izumi.coop/
いずみ市民生協　イベント　検索
検索して「イベント申し込みページ」へ進み、イベント一覧から選択する

イベント申し込みダイヤル

0120-031-302　●9:00～21:30（月～金）●9:00～20:00（土）

各市町村からの情報は、いずみ市民生協ではお申し込み・お問い合わせはできません。

〈 目 次 〉

泉州北エリア・泉州南エリア …… p.1
堺北エリア …… p.2
堺南エリア・泉州中エリア …… p.3
泉州南・泉佐野社協合同 …… p.4
まちのリビング「ここいい」からのお知らせ …… p.4
ふれあいカフェからのお知らせ …… p.5
コープママ説明会 …… p.5
親子あそびのひろばからのお知らせ …… p.6
市町村からのお知らせ …… p.6～7
コープ委員会おさそい …… p.8

予告　次回6月号は、5/22㈪～5/26㈮配布予定です